MOTIVACION
Libera al genio que hay en tu interior

Bienvenido al mundo del éxito en el estudio. Si estas preparado para convertirte en un buen estudiante, para aprender a leer mejor y para estudiar de un modo mas eficaz, continua leyendo; estas en el camino adecuado. Pero si, por alguna razón, a pesar de tus buenas intenciones, no sabes como conseguirlo, no te desanimes; encontraras la respuesta a tus preguntas.

El secreto de la motivación se encuentra en tu cabeza, en el cerebro, cuya capacidad es mucho mayor de tu que crees. Aunque pesa poco mas de un kilo, consume cerca de un 25 por ciento de capacidad de almacenaje es casi ilimitada. Esta compuesto por cien mil millones de células conectadas entre si que permiten memorizar billones de datos (mas que suficiente para cualquier asignatura).

Si tu cerebro es tan eficaz, quizá te preguntes por qué te cuesta tanto motivarte. Es muy sencillo. Puedes tener el ordenador, un carro o el cohete más potente del mundo, pero si no sabes como utilizarlo no te servirá de nada. Lo mismo ocurre con tu cerebro. Es un complejo sistema electroquímico que, para motivarte, debe tener un equilibrio químico adecuado. Para ello necesita grandes dosis de adrenalina, noradrenalina y otras aminas. Este es el efecto que producen las anfetaminas. Pero estas sustancias tienen efectos secundarios, y es preferible que el cerebro se habitúe a generar su propio suministro de aminas.

Pese a que nuestro cerebro nos ofrece unas posibilidades ilimitadas, no disponemos de un manual de instrucciones para utilizarlo de un modo apropiado. Para suplir esta carencia en importante descubrir cómo funciona tu cerebro y te proporcionará estrategias para alcanzar el éxito en el estudio.

Comencemos con las cuestiones básicas. Cómo podemos motivarnos para estudiar mejor?

Que puedo conseguir

Antes de seguir adelante es necesario que aclaremos algo. ¿Por qué es tan importante sacar buenas notas? ¿Tiene tantas ventajas ser un estudiante brillante? Estos son los argumentos que exponen algunos estudiantes:

Beneficios de la disciplina en el estudio

- Al estudiar bien se aprovecha mejor el tiempo. De ese modo te queda tiempo para otras actividades.

- Aumenta la autoestima. Te sientes mejor contigo mismo y puedes hacer otras cosas con más confianza.

- Aumenta la capacidad de comprensión. Puedes entender mejor el mundo que te rodea y la vida resulta más interesante.

- Te sientes menos frustrado y no tienes que releer tanto. De esta manera, todo es más divertido.

- Tienes más oportunidades de conseguir becas. La carrera te puede salir gratis y puedes disfrutar de tus estudios sin necesidad de trabajar.

- Estarás mejor cualificado para elegir la especialidad. Si eres capaz de sacar buenas notas y de situarte en el mundo académico, podrás desenvolverte mejor en el mundo laboral.

- Puedes aprender mucho más. El conocimiento es la clave del poder; cuanto mas sepas, más oportunidades tendrás.

- Podrás actuar con más seguridad en cualquier situación académica o social.

- Además, estudiar de un modo disciplinado puede reforzar los hábitos mentales. En consecuencia, podrás tomar mejores decisiones, evitar problemas y Ilevar una vida más interesante.

  Por el contrario, obtener resultados negativos no resulta muy alentador. Podrías ganarte la simpatía de los que se compadecen de ti. O conseguir que los demás esperen tan poco de ti, que dejen de preguntarte que vas a hacer con tu vida. Pero aparte de eso, no tiene ninguna ventaja. La vida te ofrece muchas mas posibilidades. Para comenzar, si aún no lo has hecho, debes decidir que es lo que quieres realmente, determinar **cuales son tus objetivos.**